

HELENA RODERO

Rutina de cuidado corporal realista

No existen milagros

La cosmética corporal no borra la celulitis ni la flacidez de forma mágica, pero sí mejora visiblemente la textura, firmeza y salud de tu piel cuando eliges activos eficaces y los usas con constancia.

Constancia y aplicación correcta

Los mejores resultados se logran aplicando los productos cada día, con masaje ascendente, sin prisas y prestando atención a la absorción y a cómo responde tu piel.

Hidratación diaria

Mantener la piel bien hidratada es la base de todo. Una piel deshidratada se ve más apagada, áspera y pierde elasticidad.

Ejercicio de fuerza y alimentación equilibrada

El entrenamiento de fuerza y una dieta rica en proteína, fibra y grasas saludables son claves para mantener la firmeza, sostener la piel y mejorar la circulación.

HELENA RODERO

Rutina de cuidado corporal realista



REAFIRMANTE
LICO COSMETICS

ANTICELULÍTICO
LICO COSMETICS



CREMA HIDRATANTE Y
NUTRITIVA KIEHL'S